

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu olahraga terpopuler saat ini, di Indonesia maupun di dunia. Sepakbola berkembang dengan pesat dikalangan masyarakat karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa dan orang tua. Bukti nyata sepakbola dapat dimainkan perempuan yaitu diselenggarakannya liga sepakbola wanita di Indonesia pada tahun 2019.

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini bertujuan untuk mencetak angka sebanyak-banyaknya dengan memasukkan bola ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri dari serangan lawan agar tidak kemasukan bola. Permainan sepakbola dimainkan dengan kaki, kepala dan dada, khusus untuk penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan didaerah kotak enam belas meter/*penalty area*.

Seorang pemain sepakbola harus menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola dan agar bisa menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola dengan baik dan benar, pemain harus berlatih dengan rutin dan disiplin. Selain itu, pelatih juga berperan penting dalam meningkatkan kemampuan atlet. Serta ketersediaan sarana dan prasarana juga membantu atlet dalam berlatih untuk menjadi lebih baik.

Menurut Sucipto dkk (2000:17) mengemukakan bahwa “beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*trackling*), lemparan ke dalam (*throw in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*)”.

Kualitas seorang pemain sepakbola dinilai melalui kemampuannya dalam penguasaan teknik dasar. Karena itu penguasaan teknik dasar dalam permainan sepakbola harus diberikan sejak dini dan harus mendapatkan perhatian serius dari para pelatih. Salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang memiliki karakteristik gerak yang spesifik adalah menendang. Dimana menendang adalah salah satu teknik dasar yang senantiasa digunakan pada saat bermain.

Menendang bola dalam permainan sepakbola digunakan untuk memberikan umpan atau operan kepada teman, menembak bola ke gawang, untuk memulai kembali permainan setelah terjadi pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan gawang, dan untuk menyapu bola yang berbahaya dari daerah sendiri. Juga untuk melewati lawan yang menghalangi dan juga menjadi strategi untuk melakukan serangan balik atau serangan mendadak.

A.Sarumpaet (1992:20) mengatakan bahwa: “menendang merupakan salah satu usaha untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain dengan menggunakan kaki”. Jika menendang merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola, maka kemampuan menendang harus dilatih dengan baik agar menghasilkan tendangan yang baik pula. Dan dalam permainan sepakbola menendang merupakan unsur teknik yang paling sering digunakan dari unsur-unsur teknik yang lain.

Depdikbud (1983:93) dalam skripsi Sahrial Hasibuan mengemukakan pendapat bahwa: “*long passing* atau tendangan jauh adalah mengoperkan bola ke teman yang berdiri jauh”. Jadi *long passing* atau tendangan jauh merupakan teknik menendang bola dalam usaha memberikan bola kepada teman yang posisinya jauh. Maka *long passing* atau tendangan jauh harus dilatih dengan baik, agar bola yang ingin diberikan kepada teman yang jauh sampai. Karena *long passing* atau tendangan jauh bisa menjadi serangan balik cepat kalau bola yang ditendang sampai pada pemain depan atau penyerang.

SSB Garuda II langkat berlatih di lapangan PTPN II Tanjung Jati kecamatan Binjai, kabupaten Langkat. SSB Garuda II memiliki 2 orang pelatih, yaitu Suhartoyo sebagai pelatih kepala dan Eko Setiawan sebagai asisten pelatih. SSB Garuda II berlatih 4 kali dalam seminggu, yaitu Senin, Rabu, Jumat dan Sabtu

SSB Garuda II termasuk SSB yang sering berpartisipasi dalam kejuaraan-kejuaraan yang dilakukan di Kabupaten Langkat dan Kota Binjai. Dari banyaknya kejuaraan yang diikuti SSB Garuda II di Kabupaten Langkat dan Kota Binjai, SSB Garuda II termasuk jarang meraih gelar juara. Dalam 1 tahun terakhir SSB Garuda

II hanya 1 kali meraih gelar juara, itu pun dikelompok usia 12 tahun. Ini menjadi perhatian peneliti hingga ingin melakukan observasi untuk mengetahui masalah yang ada pada SSB Garuda II Langkat.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Mei 2019, pada saat SSB Garuda II melakukan uji coba melawan SSB TGM Medan pada kelompok usia 14-16 tahun dalam rangka menyambut bulan puasa, dalam pertandingan itu SSB Garuda II kalah dengan skor 0-2 dari SSB TGM Medan. Pemain SSB Garuda II sering melakukan kesalahan-kesalahan pada saat

melakukan *passing*, terutama saat melakukan *passing* jarak jauh atau *long passing*. Para pemain sering tidak sampai dalam melakukan *long passing* kepada teman yang jauh. Ini terlihat jelas ketika mereka tertinggal 0-1 dibabak pertama dan ingin cepat membalas gol dengan terus melakukan *long passing* ke pemain depan mereka, tetapi bola sering tidak sampai ke pemain depan mereka yang berada jauh.

Kemudian pada tanggal 1 Juli 2019 peneliti mengamati pemain usia 14-16 tahun SSB Garuda II dalam latihan, disana peneliti melihat bahawa pelatih kurang banyak memberikan latihan *long passing*. Lalu pada saat peneliti menanyakan kepada pelatih tentang adakah program latihan *long passing* untuk atletnya. Ternyata pelatih jarang memberikan latihan *long passing*. Mungkin hal ini yang menyebabkan *long passing* para pemain belum baik.

Berdasarkan hasil observasi tersebut, maka dapat dilihat bahwa pemain usia 14-16 tahun SSB Garuda II Langkat masih kurang dalam melakukan *long passing*. Untuk memperkuat dugaan tersebut, maka pada tanggal 3 Juli 2019 peneliti melakukan tes pendahuluan menggunakan *kick for distance test* (Harold Marion

Barrow 1983:281) untuk memperoleh data tentang kemampuan *long passing* pemain usia 14-16 tahun SSB Garuda II Langkat.

Berdasarkan data tes pendahuluan dapat dilihat bahwa dari 18 orang hanya 4 orang yang telah mencapai target latihan yang ingin dicapai peneliti, yaitu kategori baik. Sedangkan 14 orang masih dikategori cukup dan kurang atau belum mencapai target latihan yang ingin dicapai peneliti. Oleh sebab itu perlu diberikan suatu latihan yang dapat meningkatkan hasil *long passing* pemain usia 14-16 tahun SSB Garuda II Langkat menjadi kategori baik.

Melihat masalah yang dipaparkan di atas, maka peneliti tertarik memberikan suatu bentuk latihan yang harapannya dapat meningkatkan hasil *long passing* pemain usia 14-16 tahun SSB Garuda II Langkat menjadi kategori baik. Bentuk latihan tersebut adalah variasi latihan *long pass* yang merupakan sebuah hasil dari penelitian pengembangan Dediansyah Ritonga pada tahun 2018.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul **Upaya Meningkatkan Hasil Long Passing Menggunakan Variasi Latihan Long Pass Pada Atlet Usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi masalah yang akan diteliti yaitu: Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi hasil *long passing* atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021? Apakah *power* otot tungkai mempengaruhi hasil *long passing* atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021? Apakah pemberian program latihan *long passing* yang rutin mempengaruhi hasil *long passing* atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021? Apakah variasi latihan *long pass* dapat meningkatkan hasil *long passing* atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021?

C. Pembatasan Masalah

Untuk memfokuskan masalah yang akan diteliti, maka dari latar belakang masalah dan identifikasi masalah peneliti membatasi masalah yaitu: “Upaya meningkatkan hasil *long passing* menggunakan variasi latihan *long pass* pada atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: Apakah variasi latihan *long pass* dapat meningkatkan hasil *long passing* pada atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat Tahun 2021?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah : Untuk meningkatkan kemampuan *long passing* atlet usia 14-16 SSB Garuda II Langkat tahun 2021 melalui variasi latihan *long pass*.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi pelatih, sebagai masukan untuk meningkatkan kemampuan *long passing* atletnya. ☘
2. Bagi atlet, untuk membantu atlet dalam meningkatkan kemampuan *long passing*.
3. Bagi peneliti, untuk mengetahui peningkatan kemampuan *long passing* atlet dengan menerapkan variasi latihan *long pass*.
4. Bagi mahasiswa, Sebagai bahan masukan kepada rekan-rekan mahasiswa FIK UNIMED dalam meningkatkan kemampuan *long passing* maupun dalam penelitian-penelitian berikutnya.